

---

## *Rapport n°3 d'auto-apprentissage*

### Objectifs :

- S'entraîner pour le toeic
- Centrer mon apprentissage sur le vocabulaire et l'aisance à l'oral dans le domaine du transport
- Trouver un moyen de laisser une trace de mon travail et de mon ressenti

### Ressources :

- Le site englishtown
- Lecture d'articles, de vidéos, de films et de musiques
- Application Bip Horaire

### Activités :

- Ces deux semaines je n'ai pas réussi à travailler le test toeic et mes recherches dans le domaine du transport entièrement du fait du manque de temps. J'ai donc décidé d'associer les deux. Sur le site englishtown, j'ai regardé des vidéos sur les nouvelles technologies et fait des exercices ludiques en fonction de ce domaine.
- Réalisation d'un test TOEIC sur la plateforme d'englishtown
- Finition de mon CV et lettre de motivation en anglais
- J'ai téléchargé une application qui émet des bips aléatoirement dans la journée, à chaque bip je me questionne : qu'est-ce que je suis en train de faire ? Suis – je dans une zone d'inconfort ? Comment lâcher prise ?
- Après ces zones d'inconfort je note ce que je ressens (stress, peur,...) et je rempli ma fiche objectif pour lâcher prise de cette routine (Objectifs, Sabotage, Moyens mis en œuvre)

### Evaluation :

- J'ai apprécié la plateforme englishtown car on se rend compte que grâce à de petits exercices simples on fait des progrès énormes (ceci car je m'évalue fréquemment)
- Je n'ai pas atteint tous mes objectifs, mais comme le Gantt est bien chargé je me rends compte que j'ai fait pas mal de choses, je suis donc satisfait de moi.

### Question :

Comment répertorier le vocabulaire que j'ai acquis d'une façon autre que scolaire ?